



Vol 18, Núm 1, jan-jun, 2025, pág. 1203-1219

**Atuação da fisioterapia na minimização de comprometimentos corporais
causados por transtornos mentais**

**The role of physiotherapy in minimizing bodily impairments caused by mental
disorders**

**Le rôle de la physiothérapie dans la minimisation des déficiences corporelles
causées par les troubles mentaux**

André Luis Góes de Almeida¹

Diego dos Santos Ramos²

Flavia Arruda Alencar³

Glenda Costa de Souza⁴

Safira Oliveira Lima⁵

Tarsis Duque Monteiro Lima⁶

Resumo:

A fisioterapia tem se expandido para além do tratamento de aspectos físicos, atuando também na reabilitação psicossocial de pacientes com transtornos mentais. Nesse sentido, a presente pesquisa visa investigar como a abordagem fisioterapêutica pode colaborar na reabilitação dessas pessoas, promovendo a melhora física e a interação social. A metodologia adotada foi baseada nos modelos crítico-dedutivo e dialético, com análise qualitativa dos dados, a fim de se garantir a integridade dos resultados por meio da exclusão de estudos duplicados e avaliação da qualidade metodológica dos artigos. Entre as técnicas de fisioterapia que se mostraram eficazes, destacam-se a psicomotricidade, os alongamentos com relaxamento, a interação interpessoal entre o profissional e o paciente, o treinamento de força e os exercícios aeróbicos. Estas abordagens demonstraram contribuir significativamente para a redução dos

¹ Graduando em fisioterapia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: andre.goes@ufam.edu.br. ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-2538-3074>.

² Graduando em fisioterapia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: diego.ramos@ufam.edu.br. ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-0619-7055>.

³ Graduanda em fisioterapia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: flaviaalencar95@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1549-6255>.

⁴ Graduanda em psicologia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: souzaglenda721@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-8625-9595>.

⁵ Graduanda em fisioterapia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: so99112337@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-5726-2801>.

⁶ Graduando em fisioterapia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: taris.duque.05@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-4096-4608>.



sintomas dos transtornos mentais e para a manutenção do bem-estar físico dos pacientes. Por fim, as literaturas analisadas indicam que a fisioterapia é um recurso valioso na reabilitação física de pacientes com transtornos mentais, especialmente quando integrada a uma equipe multidisciplinar, tornando o atendimento mais humanizado e especializado, favorecendo a reintegração social dos pacientes, bem como a melhora de sua qualidade de vida.

Palavras-chave: Fisioterapia; reabilitação; transtornos; interação.

Abstract:

Physiotherapy has expanded beyond the treatment of physical aspects, also acting in the psychosocial rehabilitation of patients with mental disorders. In this sense, this research aims to investigate how the physiotherapeutic approach can collaborate in the rehabilitation of these people, promoting physical improvement and social interaction. The methodology adopted was based on critical-deductive and dialectical models, with qualitative data analysis, in order to guarantee the integrity of the results through the exclusion of duplicate studies and assessment of the methodological quality of the articles. Among the physiotherapy techniques that have proven to be effective, psychomotricity, stretching with relaxation, interpersonal interaction between the professional and the patient, strength training and aerobic exercises stand out. These approaches have been shown to contribute significantly to reducing the symptoms of mental disorders and maintaining patients' physical well-being. Finally, the literature analyzed indicates that physiotherapy is a valuable resource in the physical rehabilitation of patients with mental disorders, especially when integrated into a multidisciplinary team, making care more humanized and specialized, favoring the social reintegration of patients, as well as improvement of your quality of life.

Keywords: Physiotherapy; rehabilitation; disorders; interaction.

Résumé:

La physiothérapie s'est étendue au-delà du traitement des aspects physiques, agissant également dans la réadaptation psychosociale des patients souffrant de troubles mentaux. En ce sens, cette recherche vise à étudier comment l'approche physiothérapeutique peut collaborer à la réadaptation de ces personnes, en favorisant l'amélioration physique et l'interaction sociale. La méthodologie adoptée s'est basée sur des modèles critiques-déductifs et dialectiques, avec une analyse qualitative des données, afin de garantir l'intégrité des résultats à travers l'exclusion des études en double et l'évaluation de la qualité méthodologique des articles. Parmi les techniques de physiothérapie qui ont fait leurs preuves, se distinguent la psychomotricité, les étirements avec relaxation, l'interaction interpersonnelle entre le professionnel et le patient, la musculation et les exercices d'aérobic. Il a été démontré que ces approches contribuent de manière significative à réduire les symptômes des troubles mentaux et à maintenir le bien-être physique des patients. Enfin, la littérature analysée indique que la physiothérapie est une ressource précieuse dans la réadaptation physique des patients atteints de troubles mentaux, surtout lorsqu'elle est intégrée à une équipe multidisciplinaire, rendant les soins plus humanisés et spécialisés, favorisant la réinsertion sociale des patients, ainsi que l'amélioration de votre qualité de vie.



Mots-clés: Physiothérapie ; réhabilitation; troubles; interaction.

Os transtornos mentais representam uma das principais causas de impacto na funcionalidade global dos indivíduos, afetando não apenas o estado psicológico, mas também os aspectos físicos, sociais e cognitivos. Segundo o DSM-V (2014), um transtorno mental é definido como uma síndrome caracterizada por perturbações significativas na cognição, regulação emocional ou comportamento, frequentemente associadas a disfunções nos processos psicológicos ou biológicos subjacentes.

A literatura aponta que essas condições, como a depressão, esquizofrenia, transtorno bipolar e demência, possuem etiologia multifatorial e demandam abordagens terapêuticas abrangentes (Moll et al., 2021; Goulardins et al., 2019). O impacto dessas doenças vai além do psicológico, influenciando diretamente a biomecânica corporal, como tensões musculares, alterações posturais e limitações motoras, muitas vezes agravadas pelo uso de medicamentos psicotrópicos (Almeida et al., 2021; Carneiro et al., 2022).

Nesse sentido, a reabilitação psicossocial se mostra como um processo essencial para a recuperação de indivíduos com transtornos mentais, envolvendo a promoção da autonomia, da reintegração social e da melhoria da qualidade de vida. Este processo vai além do tratamento farmacológico e psicoterápico, sendo fundamental o cuidado com as dimensões físicas e sociais dos pacientes.

Nesse contexto, a fisioterapia emerge como uma ciência que integra o estudo e a aplicação do movimento humano para restaurar a funcionalidade e promover o bem-estar. Conforme o Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (1987), seu objetivo vai além da reabilitação física, abrangendo o equilíbrio psíquico e social do indivíduo, sendo uma ferramenta crucial para minimizar os prejuízos associados aos transtornos mentais. Além disso, essas práticas proporcionam benefícios psicológicos, como o aumento da autoestima, a diminuição da ansiedade e a melhora do estado emocional dos pacientes, fatores essenciais para a recuperação psicossocial.

A importância da fisioterapia na reabilitação psicossocial, no entanto, ainda não é plenamente reconhecida em muitas instituições de saúde, e a literatura científica sobre o tema ainda é restrita. Embora existam estudos que apontam os benefícios da



fisioterapia no tratamento de transtornos mentais, há uma carência de investigações mais amplas e aprofundadas sobre como essa prática pode ser integrada de forma sistemática nas equipes multiprofissionais de saúde mental. Este estudo se propõe a preencher essa lacuna, explorando o papel da fisioterapia na promoção do bem-estar físico e psicológico dos pacientes com transtornos mentais, e investigando os impactos dessa abordagem na melhoria da funcionalidade motora, da interação social e da qualidade de vida desses indivíduos.

Justifica-se a realização deste estudo pela necessidade crescente de buscar abordagens terapêuticas integradas no cuidado de pessoas com transtornos mentais, ampliando o escopo da reabilitação psicossocial. A fisioterapia, ao tratar as questões corporais e motoras de forma específica, pode proporcionar aos pacientes maior autonomia, melhorar a confiança em suas capacidades físicas e emocionais e facilitar a reintegração nas atividades sociais e profissionais. Além disso, a atuação do fisioterapeuta nas equipes de saúde mental pode contribuir para um atendimento mais completo e humanizado, que considere as múltiplas dimensões do sofrimento psíquico e busque promover uma recuperação integral.

Ao longo desta revisão, serão explorados os aspectos relacionados às doenças mentais, seus impactos corporais, e o papel da fisioterapia como estratégia de cuidado integral, com base em uma análise fundamentada nas principais evidências científicas sobre o tema.

Revisão de Literatura

1. Doenças mentais

Os transtornos mentais estão ganhando mais espaço nas discussões entre os profissionais, visto que é uma das condições que mais gera impactos na funcionalidade do organismo (Goulardins, *et al.*, 2019). Um transtorno mental é uma síndrome caracterizada por perturbação clinicamente significativa na cognição, na regulação emocional ou no comportamento de um indivíduo que reflete uma disfunção nos processos psicológicos, biológicos ou de desenvolvimento subjacentes ao funcionamento mental (DSM-V O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais 5.^a edição, 2014)



Os transtornos mentais apresentam diferentes características envolvendo uma combinação de pensamentos, percepções, emoções e comportamentos irregulares, como ocorre na depressão, no transtorno bipolar, na esquizofrenia, na demência e nos transtornos de desenvolvimento (MOLL et al., 2021).

A depressão é caracterizada por tristeza, perda de interesse ou prazer, sentimentos de culpa ou baixa autoestima, sono e apetite alterados, cansaço e falta de concentração. Quem sofre com essa condição pode também ter múltiplas queixas físicas sem nenhuma causa aparente. A depressão pode ser de longa duração ou recorrente, prejudicando substancialmente a capacidade das pessoas de serem funcionais no trabalho ou na escola, assim como a capacidade de lidar com a vida diária. Em seu estado mais grave, a depressão pode levar ao suicídio (Organização Pan-Americana da Saúde, 2022).

Psicoses, incluindo a esquizofrenia, são caracterizadas por distorções no pensamento, percepção, emoções, linguagem, consciência do “eu” e comportamento. As experiências psicóticas comuns incluem alucinações (ouvir, ver ou sentir coisas que não existem) e delírios (falsas crenças ou suspeitas firmemente mantidas mesmo quando há provas que mostram o contrário). O transtorno pode tornar difícil para as pessoas afetadas trabalhar ou estudar normalmente. (Organização Pan-Americana da Saúde, 2022)

A demência é geralmente de natureza crônica ou progressiva, na qual há deterioração da função cognitiva (isto é, a capacidade de processar o pensamento) para além do que se poderia esperar no envelhecimento normal. Ela afeta a memória, pensamento, orientação, compreensão, cálculo, capacidade de aprendizagem, linguagem e julgamento. O comprometimento da função cognitiva é comumente acompanhado, e ocasionalmente precedido, pela deterioração do controle emocional, comportamento social ou motivação.

Além disso, é causada por uma variedade de doenças e lesões que afetam o cérebro, como o Alzheimer ou acidente vascular cerebral (Organização Pan-Americana da Saúde, 2022).

O termo transtorno de desenvolvimento abrange deficiência intelectual e transtornos invasivos de desenvolvimento, incluindo o autismo. Esse transtorno pode causar comprometimento ou atraso nas funções relacionadas à maturação do sistema



nervoso central e seus sintomas são comportamento social, comunicação e linguagem prejudicados e uma estreita faixa de interesses e atividades, que são únicas para o indivíduo e realizadas repetidamente (Organização Pan-Americana da Saúde, 2022)

O Transtorno bipolar consiste tipicamente em episódios de mania e depressão, separados por períodos de humor normal. Os episódios de mania envolvem humor elevado ou irritado, excesso de atividade, pressão de fala, autoestima inflada e uma menor necessidade de sono. As pessoas que têm episódios de mania, mas não experimentam episódios depressivos, também são classificadas como tendo transtorno bipolar. (Organização Pan-Americana da Saúde, 2022)

2. Comprometimentos corporais associados às doenças mentais

As doenças mentais não afetam só a saúde mental, como também a saúde física e motora do indivíduo, podendo causar problemas na realização dos movimentos corporais, tensões, rigidez muscular, alterações na postura e dificuldade na respiração (Almeida et al., 2021).

Os transtornos mentais podem manifestar comprometimento mental, social, cognitivo e motor, em decorrência das mudanças nos aspectos biológicos e psicológicos. Dessa forma, esses pacientes podem apresentar diferentes manifestações corporais devido às condições psíquicas ou pelo uso de fármacos antipsicóticos (Carneiro et al., 2022).

Sintomas que comprometem o corpo e o movimento aparecem com frequência após o uso de drogas antipsicóticas, medicamentos inibidores das funções psicomotoras que podem provocar efeitos adversos, especialmente relacionados aos transtornos de movimento (Silva; Pedrao; Miasso, 2012)

Assim, a presença dessas alterações corporais, podem acontecer em decorrência do próprio transtorno mental ou pela ação prolongada de medicamentos psicotrópicos.

A partir disso, nota-se a importância de um processo de reabilitação psicossocial adequado para pessoas com transtornos mentais, a fim de que possam construir sua autonomia e ter acesso a direitos fundamentais como saúde, trabalho e moradia (Moll, et al., 2021)

3. A fisioterapia no tratamento de pacientes com doenças mentais



A fisioterapia é uma ciência aplicada, cujo objeto de estudo é o movimento humano em toda as suas formas de expressão e potencialidades, quer nas suas alterações patológicas, quer nas suas repercussões psíquicas e orgânicas, com objetivos de preservar, manter, desenvolver ou restaurar a integridade de órgão, sistema ou função (Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional, 1987).

A partir disso, percebe-se a importância da fisioterapia no cuidado aos portadores de transtornos mentais, já que a fisioterapia tem assumido um papel importante, sendo uma opção de tratamento não medicamentoso com destaque na prevenção, avaliação e tratamento de diversos problemas de saúde mental, que podem interferir na qualidade de vida e funcionalidade das pessoas (Goulardins, et al., 2019).

A atuação da fisioterapia no âmbito da saúde mental trata os movimentos corporais e o pleno funcionamento de portadores de transtornos mentais ou que estão em sofrimento psíquico, promovendo o bem estar, autocuidado e autonomia através de atividades físicas que englobam questões sociais, mentais e físicas (Goulardins, et al., 2019). Ao tratar indivíduos portadores de transtornos mentais, é necessário que o fisioterapeuta adote uma postura que contribui na cooperação e comunicação com os pacientes com um atendimento mais humanizado, a fim de construir um laço de confiança entre o profissional e o paciente, utilizando técnicas de reabilitação física com o objetivo de diminuir os desconfortos causados pelo transtorno mental (Almeida et al., 2021)

Além disso, fisioterapia auxilia na reformulação da saúde física e psíquica do paciente, ajudando o processo de reabilitação através de diversas atividades terapêuticas que podem melhorar os movimentos corporais, como atividades psicomotoras, treino de força e exercícios aeróbicos (Silva, Pedrão e Miasso, 2012).

A psicomotricidade atua no desenvolvimento motor infantil e trabalha nos aspectos motores, cognitivos e afetivos, sociais e na linguagem também, englobando o corpo e a mente. Nas atividades motoras são trabalhados força, flexibilidade, coordenação, ritmo e noção de espaço, o que contribui na melhora da funcionalidade do indivíduo e dos seus movimentos corporais, permitindo ter uma boa saúde física e mental (Alberti, 2019)



O treino de força são atividades físicas que promovem o fortalecimento dos músculos, aumento da massa muscular e dos níveis de força. Esse tipo de exercício possui muitos benefícios tanto para a saúde mental, quanto para a saúde física, visto que melhora a funcionalidade do corpo e a qualidade de vida do indivíduo (Correia et al., 2014).

Exercícios aeróbicos são atividades que demandam um maior gasto de oxigênio e que ativam diferentes grupos musculares. A prática de exercícios físicos promove diversos benefícios para a saúde como na perda de peso, melhora na autoestima, ganho de força, e principalmente ajuda no perfil cardiovascular (diminuição da frequência cardíaca e pressão arterial) auxiliando na prevenção de doenças cardiovasculares (Silva et al., 2024)

Outras técnicas e exercícios que podem ser propostos pelo fisioterapeuta, como exercícios corporais utilizados na terapia de bioenergética, técnicas de relaxamento, alongamento e de dança. Essas práticas podem promover benefícios no aspecto emocional, na expressividade, redução das dores musculares e da ansiedade, melhoras na respiração e na qualidade de sono, além da diminuição da angústia e de pensamentos negativos (Silva, Pedrão e Miasso, 2012).

A terapia bioenergética ajuda a manter um corpo saudável, proporcionando aos indivíduos equilíbrio emocional, tranquilidade e relaxamento, trabalhando o corpo físico em conjunto com a mente e o emocional. Consiste em exercícios corporais com a pélvis, com o diafragma e com o pescoço e a nuca, e principalmente utiliza a respiração com o intuito de reequilibrar o paciente, desbloquear as repressões e tensões musculares e psíquicas (Gomes, 2016).

As técnicas de alongamento estão ligadas diretamente à estrutura muscular e aos tecidos que envolvem a articulação. Nesse sentido, essas técnicas ajudam na flexibilidade por meio da elasticidade muscular, o que permite uma melhor facilidade de executar atividades esportivas e do cotidiano, reduz o risco de lesões e auxilia na melhora da postura corporal (Badaro et al., 2007).

As técnicas de relaxamento possuem o intuito de controlar o estresse, diminuir a dor e a tensão muscular, melhorar a qualidade de sono e a concentração, reduzir a ansiedade e melhorar as questões emocionais e afetivas. Algumas técnicas de



relaxamento englobam danças, exercícios de respiração, alongamentos, musicoterapia, meditação, entre outros (Costa, et al., 2018)

Diversas são as técnicas utilizadas para apresentação de resultados positivos, tais como abordagens corporais que objetivam utilizar o corpo como uma forma de trabalhar o movimento, a postura e a expressão emocional e de atividade física orientada, cinesioterapia, uso de recursos de eletrotermofototerapia (inclusive técnicas de neuromodulação invasiva), na melhora dos sintomas clínicos de indivíduos com problemas de saúde mental (Goulardins; Canales; Oda, 2019).

4. Benefícios das práticas fisioterapêuticas

A contribuição das ações do fisioterapeuta em pessoas com transtornos mentais, como depressão, esquizofrenia, transtorno de ansiedade, entre outros pode ser observada na melhora nos aspectos fisiológicos e psicológicos, na regulação do sono, na interação social, na redução de pensamentos negativos e no aprimoramento das questões emocionais (Moraleida *et al.*, 2013). Além disso, redução da oscilação mental, diminuição de pensamentos negativos, melhora na condição física, na condição mental, na autoestima e na disposição são alguns dos benefícios que a fisioterapia pode proporcionar no cuidado aos pacientes com transtornos mentais (Tzortizato Almeida *et al.*, 2021).

Alguns aspectos que são relevantes na reabilitação desses pacientes são a autonomia, a independência para realizar tarefas diárias, melhor funcionalidade e melhora na autoestima (Carneiro *et al.*, 2022).

Materiais e Métodos

O presente estudo foi desenvolvido com base em uma revisão bibliográfica, caracterizada pela análise de produções científicas previamente publicadas, com o objetivo de sintetizar o conhecimento existente sobre a temática abordada.

A metodologia adotada seguiu o modelo crítico dedutivo e por vezes o dialético, pelo qual se pretendeu, por meio da leitura de textos, passar por todas as suas fases, quais sejam de reconhecimento (pré-leitura); seletiva; crítica (reflexiva) e interpretativa, a fim de garantir rigor e reprodutibilidade.

Inicialmente, definiu-se a questão da pesquisa orientada pelos objetivos do estudo. A pergunta norteadora foi elaborada utilizando a estratégia PICO (População,

Intervenção, Comparação e Desfecho), com adaptações conforme a especificidade do tema. Por conseguinte, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão, considerando-se publicações disponíveis em português, inglês e espanhol, com recortes temporais dos últimos vinte anos e relacionados diretamente com o tema principal da pesquisa.

A busca por artigos foi realizada por meio de bases de dados científicas reconhecidas, como a Revista Brasileira em Fisioterapia, Scielo, Google Acadêmico, LILACS e Web of Science. Os descritores utilizados foram selecionados a partir de vocabulários controlados, como o DeCS (Descritores em Ciências da Saúde) e o MeSH (Medical Subject Headings), combinados por operadores booleanos (AND, OR e NOT) para otimização dos resultados. Abaixo apresentam-se em resumo os principais achados relacionados ao estudo em voga pelos autores (Quadro 01).

Autor/Ano	Objetivo	Amostra	Intervenções	Resultados
Alberti (2019)	Avaliar atividades psicomotoras em pessoas com necessidades especiais.	Pessoas com necessidades especiais (n = número não especificado).	Aplicação de atividades psicomotoras específicas.	Melhoras significativas na coordenação motora e socialização.
Almeida et al. (2021)	Discutir o papel do fisioterapeuta no tratamento de pacientes com transtornos mentais.	Pacientes com transtornos mentais (n = número não especificado).	Intervenções fisioterapêuticas focadas em mobilidade e relaxamento.	Melhoria na qualidade de vida e redução do estresse.
Carneiro Júnior et al. (2022)	Analisar a percepção de pessoas com transtornos mentais sobre cuidados fisioterapêuticos.	20 pacientes com transtornos mentais.	Entrevistas e avaliação qualitativa.	Participantes relataram maior bem-estar e valorização da abordagem fisioterapêutica.
Goulardins, Canales e Oda (2019)	Explorar as perspectivas da atuação fisioterapêutica na saúde mental.	Revisão de literatura.	Discussão de práticas de fisioterapia em contextos de saúde mental.	Identificação de lacunas na capacitação profissional e necessidade de abordagens personalizadas.
Moll et al. (2021)	Avaliar a capacitação de fisioterapeutas para atuar em internações	Fisioterapeutas que atuam em	Aplicação de questionários e	Necessidade de maior capacitação para lidar

	psiquiátricas em hospitais gerais.	hospitais gerais (n = 50).	análise de competências.	com pacientes psiquiátricos.
Moraleida e Nunes (2013)	Analisar a atuação fisioterapêutica no cuidado em saúde mental.	Revisão de literatura.	Discussão teórica sobre intervenções fisioterapêuticas no contexto de saúde mental.	Fisioterapia contribui para o manejo de sintomas psicossociais e motores.
Silva, Pedrao e Miasso (2012)	Investigar os impactos dos transtornos mentais no movimento e efeitos adversos de antipsicóticos.	Pacientes sob tratamento com antipsicóticos (n = 30).	Avaliação clínica e revisão de prontuários.	Identificação de comprometimento motor relacionado aos antipsicóticos e proposta de intervenção fisioterapêutica para minimização de efeitos adversos.
Tzortzato Almeida et al. (2021)	Discutir o papel do fisioterapeuta no tratamento de pacientes com transtornos mentais (revisão já apresentada acima).	Revisão bibliográfica.	Discussão teórica.	Reflete os achados de Almeida et al. (2021), reiterando a relevância do fisioterapeuta na reabilitação psíquica e motora.

Os documentos localizados passaram por triagens em duas etapas: leituras dos títulos e resumos, seguidas da análise completa dos textos selecionados. As informações extraídas foram organizadas de acordo com os dados do autor, título do texto e ano de publicação.

A análise dos dados seguiu uma abordagem de cunho qualitativo, no qual se caracterizou os achados e os discutiu com base no referencial teórico. A integridade dos resultados foi assegurada pela exclusão dos estudos duplicados e pela avaliação da qualidade metodológica dos artigos, por meio de ferramentas apropriadas.

Essa metodologia garantiu a identificação e análise criteriosa das principais evidências científicas disponíveis, a fim de se proporcionar melhor visão sobre o tema investigado.



Resultados e Discussão

O estudo revela que a princípio, os transtornos mentais são dados como desafios de caráter multicausal, e que estes afetam muito além do que só a questão mental. As principais razões que tendem a afetar ou agravar além do mental, pode ser facilmente detectado pelos custos sociais sobre os cuidados necessários a serem tomados pela reabilitação, e pela questão do manejo social sobre o afetado e seus envolvidos, constatando por fim, um aspecto multifatorial sobre causa e consequência em detrimento dos transtornos mentais.

Esta questão precisa ser levantada antes de ser realizada uma discussão mais acentuada sobre a temática, tendo em vista a revisão literária, os transtornos mentais trazem consigo não só prejuízos psíquicos, mas principalmente motores e cognitivos, tanto criando circunstâncias inéditas de impacto negativo na saúde do paciente, bem como o agravamento de qualquer dificuldade já existente em decorrer de quaisquer outras razões.

Assim, quando analisamos a literatura disponível, podemos nos aprofundar de forma fragmentada, compreendendo cada tópico separadamente e por fim, criar uma íntima relação entre a atuação do fisioterapeuta e a redução dos comprometimentos relacionados ao corpo dentro da gama de pacientes afetados por transtornos mentais.

Os acometimentos gerados por transtornos mentais são estudos que estão se tornando mais frequentes e diversificados, principalmente pelo aumento da quantidade de pessoas afetadas por tais transtornos. Onde os principais como: depressão, psicoses, demência, transtorno do desenvolvimento e transtorno bipolar, marcam uma evidente alta em número de casos, e por consequência, uma alta no número de estudos.

A literatura analisada constata que os principais impactos corporais vistos dentro dos transtornos mentais são comprometimentos biomecânicos relacionados principalmente à parte muscular, como tensões, rigidez, postura e também, modificações do sistema respiratório; efeitos colaterais pelo uso de medicamentos de teor psicotrópico, encontrado principalmente dentro do transtorno do desenvolvimento; e a perda da autonomia, o que acarreta em um distanciamento psicossocial do paciente em atividades básicas do dia a dia.



Através disso, usando a fisioterapia, dita como ciência do movimento do corpo humano, é possível destacar seus papéis em pacientes com transtornos mentais. Os principais objetivos encontrados na análise das obras foram a restauração da funcionalidade física e psíquica; a criação de laços entre terapeuta e paciente, visando o surgimento de confiança e redução de desconfortos nas relações sociais; e o uso de atividades que tendem a recuperação da saúde física, como exercícios de força e aeróbicos, e da parte mental e cognitiva, como os exercícios psicomotores.

Estes papéis trazem a realização de terapias que possuem benefícios principalmente no campo da melhora da saúde física e mental, através da regulação do ciclo do sono, uma melhora evidente na sociabilidade, e um aumento da autoestima do paciente, resultados do processo de criação de confiança entre terapeuta e paciente. Além disso, pode-se destacar também, a recuperação da autonomia pela manutenção da funcionalidade, o que gera uma melhora explícita na qualidade de vida dos tratados.

As terapias que geram os resultados citados incluem técnicas de estudos da última década, visando uma terapia mais eficiente e consistente, minimizando efeitos colaterais e maximizando tempo e qualidade de tratamento do paciente. Ao realizar a pesquisa, as principais técnicas destacadas foram: a psicomotricidade, que trabalha aspectos de corpo e mente como um só, visando a manutenção do equilíbrio entre a questão motora e afetiva; treinos de força e exercícios aeróbicos, onde o objetivo é principalmente reduzir os possíveis riscos cardiovasculares que possam ocorrer como consequência dos transtornos; a terapia bioenergética, para remover as tensões que são instauradas no físico e emocional; e os alongamentos com relaxamento, onde esses visam reduzir a ansiedade, estresse e dores musculares, através da mobilidade e flexibilidade, o que devolve ao paciente integridade corporal, postura e como resultado, melhora de autoestima e ânimo para o cotidiano.

E além do mais, toda a terapêutica evidenciada mostra o quão importante a fisioterapia se faz no objetivo de minimizar consequências, na qual as literaturas relatam que as principais contribuições são reduções dos pensamentos negativos ocasionados pelos transtornos mentais, bem como diminuição de oscilações emocionais e melhora da disposição geral, produto de uma grande integração entre técnicas e conhecimentos da psicologia com a fisioterapia.



Portanto, o estudo pôde acatar, através da sua metodologia, as principais evidências de literaturas sobre a temática em destaque, explorando aspectos desde as definições de doenças mentais, seus tipos, o papel da fisioterapia dentro deste campo, bem como os objetivos do uso de tal ciência, suas técnicas, os impactos gerados e as principais contribuições a curto e longo prazo para a saúde dos pacientes, especificando quais melhorias são obtidas e as relações entre o físico e mental para a manutenção da qualidade de vida do indivíduo.

Considerações Finais

Este estudo destaca a natureza multifatorial dos transtornos mentais e revela que eles afetam não apenas o bem-estar mental, mas também os aspectos físicos e cognitivos, tendo um impacto significativo na vida dos pacientes.

A análise da literatura existente mostra que a fisioterapia desempenha um papel crucial na reabilitação de pessoas com transtornos mentais, ajudando a restaurar funções físicas e psicológicas, fortalecer a autonomia e melhorar a sociabilidade. Técnicas fisioterapêuticas como treinamento psicomotor, treinamento de força, exercício aeróbico, treinamento de alongamento e relaxamento têm grandes efeitos na redução de sintomas físicos e psicológicos, na promoção da integridade física, na melhoria da autoestima, melhora do sono e no aumento da motivação para as atividades diárias. Além disso, a integração de abordagens fisioterapêuticas e psicológicas garante uma recuperação mais abrangente e eficaz, minimizando o impacto dos distúrbios psicológicos e contribuindo para a melhoria da qualidade de vida a curto e longo prazo.

A fisioterapia tem assim revelado ser uma ferramenta essencial no tratamento multidisciplinar dos doentes com transtorno mentais, proporcionando um apoio fundamental à reinserção social e ao bem-estar geral destes indivíduos.



Referências

- Alberti, A. (2019). Atividades psicomotoras em pessoas portadoras de necessidades especiais / Psychomotor activities in people with special needs. *ID on line Revista de Psicologia*, 13(44), 15–21.
- Almeida, M. T., Gabriel, L. B., & Amorim, P. B. (2021). O papel do fisioterapeuta no tratamento de pacientes com transtornos mentais. *Recima21 - Revista Científica Multidisciplinar*, 2(8), e28604. <https://doi.org/10.47820/recima21.v2i8.604>.
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5: O manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais* (5ª ed.). Porto Alegre: Artmed Editora.
- Badaro, A. F. V., Silva, A. H., & Beche, D. (2007). Flexibilidade versus alongamento: esclarecendo as diferenças. *Saúde (Santa Maria)*, 33(1), 32–36. <https://doi.org/10.5902/223658346461>.
- Carneiro Junior, L. M., Almeida, S. M., Barboza Filho, J. C., & Galvão, V. L. (2022). Percepção de pessoas com transtornos mentais acerca dos cuidados fisioterapêuticos: Estudo qualitativo. *Revista Pesquisa em Fisioterapia*, 12, e4582. <https://doi.org/10.17267/2238-2704rpf.2022.e4582>.
- Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional. (1987). *Resolução nº 80, de 9 de maio de 1987*. Disponível em: <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=2838>.
- Correia, M., et al. (2014). Efeito do treinamento de força na flexibilidade: Uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 19(1).
- Costa, K. L., et al. (2018). RelaxadaMENTE: "respira, inspira e não pira" - implantação das técnicas de relaxamento na Atenção Básica. *Revista Interdisciplinar*.
- Goulardins, J. B., Canales, J. Z., & Oda, C. (2019). Perspectivas sobre a atuação da fisioterapia na saúde mental. *Revista Pesquisa em Fisioterapia*, 9(2), 155–158. <https://doi.org/10.17267/2238-2704rpf.v9i2.2311>.
- Moll, M. F., et al. (2021). Fisioterapeutas e a internação psiquiátrica em hospitais gerais: Cuidados e capacitação profissional. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 20, 1–9.



- Moraleida, F. R. J., & Nunes, A. C. L. (2013). Cuidado em saúde mental: Perspectiva de atuação fisioterapêutica. *Revista Fisioterapia e Saúde Funcional*, 2, 3–5.
- Silva, M. B., et al. (2024). Exercícios aeróbicos aplicados à síndrome de Down: Revisão integrativa. *Revista Ciência e Saúde On-line*. Disponível em: <https://revistaeletronicafunvic.org/index.php/c14ffd10/article/view/477>.
- Silva, M. B., Pedrao, R. B., & Miasso, A. I. (2012). Impactos dos transtornos mentais no movimento: Efeitos adversos de antipsicóticos. *Saúde Mental e Movimento*.
- Organização Pan-Americana da Saúde. (n.d.). Transtornos mentais. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/transtornos-mentais>.
- Tzortzato Almeida, M., Bolzani Gabriel, L., & Brandão Amorim, P. (2021). O papel do fisioterapeuta no tratamento de pacientes com transtornos mentais. *Recima21 - Revista Científica Multidisciplinar*, 2(8), e28604. <https://doi.org/10.47820/recima21.v2i8.604>.

Recebido: 06.12.2024

Aprovado: 22.12.2024

Publicado: 01.01.2025

Autores

André Luis Góes de Almeida

Graduando em fisioterapia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: andre.goes@ufam.edu.br. ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-2538-3074>.

Diego dos Santos Ramos

Graduando em fisioterapia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: diego.ramos@ufam.edu.br. ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-0619-7055>.

Flavia Arruda Alencar

Graduanda em fisioterapia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: flaviaalencar95@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1549-6255>.

Glenda Costa de Souza

Graduanda em psicologia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: souzaglenda721@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-8625-9595>.

Safira Oliveira Lima

Graduanda em fisioterapia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: so99112337@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-5726-2801>.



Tarsis Duque Monteiro Lima

Graduando em fisioterapia pela Universidade Federal do Amazonas. Email: taris.duque.05@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-4096-4608>.